म.जि.प्र.का दर्ता नः
१०४/०६७/०६८

समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि
हेटौंडा, मकवानपुर

म.जि.हु.का.द.नं.
३०/०६९/०७०

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको समाचारपत्र

समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

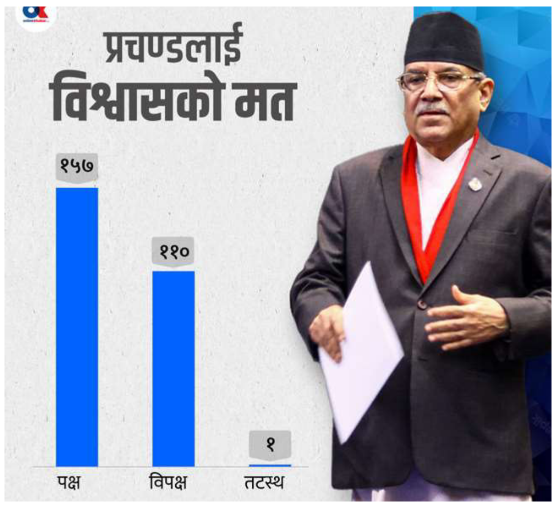
वर्ष:१५ अङ्क:- ११५ २०८० चैत १ गते बिहीबार 14 March 2024, Thursday - पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५/-

डिभिजन वन कार्यालय, मकवानपुरको अनुरोध।

वनमा आगो लगाउनेलाई वन ऐन– नियम अनुसार ३ वर्ष कैद वा ६० हजार रुपैंयासम्म जरिवाना वा दुवै सजाय हुनसक्दछ, त्यसैले वनमा आगो लगाउने वा आगो लागि हुन सक्ने कार्य नगर्न नगराउनु हुन सम्पूर्णमा अनुरोध गरिन्छ । डढेँलो लागेको देखिएमा सबै समुदाय मिली तत्काले डढेँलो निभाऔँ । डढेँलो नियन्त्रणमा आउन नसके वन समूह,नजिकको वन कार्यालय वा सुरक्षा निकायमा तुरुन्तै खबर गरौँ ।

डिभिजन वन कार्यालय, मकवानपुर

प्रधानमन्त्री प्रचण्डले पाए विश्वासको मत



काठमाडौंः प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले विश्वासको मत पाएका छन् । उनले आफूलाई प्रतिनिधिसभाको विश्वास छ भनेर राखेको प्रस्तावको पक्षमा १५७ जनाले मत दिए भने ११० जनाले विपक्षमा मतदान गरे । एक जना भने तटस्थ रहे ।

बुधबार प्रधानमन्त्रीले विश्वासको मत माग्दा प्रतिनिधिसभाका २७५ सदस्यमध्ये २६८ जनाले मतदान गरेका थिए । प्रतिनिधिसभामा प्रधानमन्त्रीले आफ्नो पक्षमा बहुमत देखाउन कम्तीमा १३८ जनाको समर्थन जुटाउनुपर्थ्यो । प्रधानमन्त्रीले विश्वासको मतसम्बन्धी प्रस्तावमा पाएको मत प्रतिनिधिसभाको बहुमत भएको भन्दै सभामुख देवराज घिमिरेले प्रधानमन्त्री प्रचण्डले विश्वासको मत पाएको घोषणा गरे । २१ फागुनमा कांग्रेससँगको सहकार्य तोडेर एमाले, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी र जनता समाजवादी पार्टीको गठबन्धन बनाएका प्रचण्डलाई एकीकृत समाजवादी, नागरिक उन्मुक्ति पार्टी र केही स्वतन्त्र सांसदले पनि मत दिएका छन् ।

नेपाली कांग्रेस, राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टी, जनमत पार्टी र लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टीलगायतले विपक्षमा मतदान गरे । १० पुस २०७९ मा प्रधानमन्त्री नियुक्त भएका प्रधानमन्त्री प्रचण्डले प्रतिनिधिसभामा विश्वासको मत मागेको यो तेस्रो पटक हो । २५ पुस २०७९ मा पहिलो पटक विश्वासको मत लिएका प्रचण्डलाई त्यतिबेला प्रतिनिधिसभामा रहेका राष्ट्रिय जनमोर्चा र नेपाल मजदुर किसान पार्टीबाहेक सबै दल र स्वतन्त्र सांसदले विश्वासको मत दिएका थिए । तर २०७९ फागुनमै एमालेसँग सहकार्य तोडेर कांग्रेससँग गठबन्धन बनाएका प्रचण्डले ६ चैत २०७९ मा विश्वासको मत लिएका थिए ।

बागमती प्रदेशसभा बैठक

विशेष समितिको प्रतिवेदन कार्यान्वयन गर्न निर्देशन

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेशका सभामुख भुवनकुमार पाठकले प्रदेश सरकारलाई बजेट तथा कार्यक्रम व्यवस्थापन विशेष समितिको प्रतिवेदन कार्यान्वयन गर्न निर्देशन दिनुभएको छ । बुधबार बसेको प्रदेशसभा बैठकमा सभामुख पाठकले आर्थिक वर्ष २०८०/८१ को बजेट तथा कार्यक्रम व्यवस्थापन विशेष समितिले तयार पारेको प्रतिवेदन कार्यान्वयन गर्न प्रदेश सरकारलाई निर्देशन दिनुभएको हो ।

बैठकमा सभामुख पाठकले प्रदेशसभाअन्तर्गत् बजेटबारे बहस गर्न गठित विशेष समितिले तयार पारेको प्रतिवेदनमा छलफल गर्न अनुमति दिनुभएको थियो । बैठकमा प्रदेशसभा सदस्य केशवप्रसाद पोखरेलले प्रतिवेदनले आगामी बजेट बनाउँदा मार्गनिर्देशन गर्ने बताउनुभयो । प्रतिवेदन प्रदेशसभाबाट पारित भएपश्चात हुबहु कार्यान्वयन हुन जरुरी रहेकोसमेत उहाँले बताउनुभयो ।

बैठकमा प्रदेशसभा सदस्य भरतबहादुर केसीले विशेष समितिको प्रतिवेदनले आगामी दिनमा बजेट निर्माणमा सहयोग पुग्ने बताउनुभयो। सरकारले बजेट निर्माण गर्दा सन्तुलित हिसाबले सत्तापक्ष, विपक्ष नभनी जानुपर्नेमा जोड दिन आवश्यक रहेको उहाँको भनाइ छ। यस्तै, प्रदेशसभा सदस्य मधुकुमार श्रेष्ठले विशेष समितिले तयार पारेको प्रतिवेदन छिटो कार्यान्वयनमा ल्याउनुपर्नेमा जोड दिनुभयो । आर्थिक वर्ष २०८०/८१ को बजेट तथा कार्यक्रम व्यवस्थापन विशेष समितिका संयोजक गोविन्द लम्सालले मंगलबारको प्रदेशसभा बैठकमा प्रतिवेदन पेश गर्नुभएको थियो। उक्त प्रतिवेदनमाथि बुधबारको बैठकमा छलफल गरी पारित भएको हो। सभामुख पाठकले प्रदेशसभाको बैठक अनिश्चितकालका लागि स्थगित भएको जानकारी दिनुभएको छ।

लागुऔषध चरेससहित थाहाका दुई जना पक्राउ

लागुऔषध चरेससहित पक्राउ परेका दुईजनालाई सार्वजनिक गर्दै प्रहरी ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः लागुऔषध चरेससहित थाहाका दुई जना पक्राउ परेका छन् । पक्राउ पर्नेमा थाहा नगरपालिका-८ स्थित आग्राका २२ वर्षीय नारायण दमाई र सोही ठाउँका ३८ वर्षीय राजेन्द्र दमाई रहेका छन्।

आइतबार बिहान १० बजेको समयमा धादिङ जिल्लाको थाक्रे गाउँपालिका-२ महादेववेशीस्थित आग्रा मनहरी सडकखण्डमा प्रहरी चौकी महादेववेशी धादिङबाट खटिएको प्रहरी टोलीले सवारी साधन सुरक्षाजाँच गर्ने क्रममा मकवानपुरबाट महादेववेशीतर्फ जाँदै गरेको ना ४ ख ४८३ नम्बरको यात्रु बाहक बसमा सवार दुई जनालाई प्रहरीले लागुऔषधसहित पक्राउ गरेको हो ।

कपडाभित्र लुकाएको अवस्थामा उनीहरुको साथबाट प्रहरीले १९ वटा पाकेटमा ९ केजी ५ सय ग्राम चरेस फेला पारी बरामद गरेको थियो। पक्राउ परेका दुवै जनालाई मंगलबार जिल्ला अदालत धादिङमा उपस्थित गराएर ६ दिनको म्याद थपी अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ।

नवनियुक्त ३ प्रदेश प्रमुखले लिए शपथ

सपथ ग्रहण गर्दै नवनियुक्त प्रदेश प्रमुखहरु ।

काठमाडौंः नवनियुक्त तीन प्रदेश प्रमुखले पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएका छन् । गत सोमबार बसेको मन्त्रिपरिषद् बैठकले मधेशमा सुमित्रा सुवेदी, गण्डकीमा डिल्लीराज भट्ट र सुदूरपश्चिममा नजिर मियालाई प्रदेश प्रमुख नियुक्ति सिफारिस गरेको थियो । मन्त्रिपरिषद्को सिफारिस अनुसार राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले उनीहरुलाई बुधबार प्रदेश प्रमुखमा नियुक्त गरेका छन् ।

उनीहरुले बुधबार नै राष्ट्रपतिबाट पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएका छन् । मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा राष्ट्रपतिले मधेशका प्रदेश प्रमुख हरिशंकर मिश्र, गण्डकीका पृथ्वीमान गुरुङ र सुदूरपश्चिमका देवराज जोशीलाई बुधबार नै पदमुक्त गरेका थिए ।

प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले कांग्रेससँगको गठबन्धन छाडेर एमालेसँग नयाँ गठबन्धन बनाएपछि विगतमा नियुक्त भएका कांग्रेस निकट प्रदेश प्रमुख हटाएर एमाले निकटका व्यक्तिहरु प्रदेश प्रमुख नियुक्त भएका हुन्। *स्रोतः अनलाइनखबर ।*

महाकाली-मेची साईकल यात्री हेटौंडामा

बुधबार हेटौंडा आइपुगेका साइकलयात्री ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः महाकालीको कुतियाकभर देखि मेचीको केचनाकमलसम्म ११ सय किलोमिटर साईकल यात्रा शुरु गरेका बाँके नेपालगन्जका दुई साईकल अभियन्ता रमेश मल्ल र सतिश निरौला सातौं दिन हेटौंडा आइपुगेका छन् । बुधबार साँझ मल्ल र निरौलालाई हेटौंडामा स्वागत गरिएको छ । मकवानपुर जिल्ला साईक्लिकिङ संघका राजकुमार मिश्र, राजिव खड्गी, हिमालयन राईडर्सका र ाजु सारु मगर, रामकुमार श्रेष्ठ, अशोक श्रेष्ठ, हेटौंडा राइडर्सका विकास ताम्राकार र साईकल अभियन्ता जीवन शर्माले हेटौंडामा स्वागत गर्नु भएको थियो ।

बाँकेमा रहेर साईकलको कुम्भ मेला भनिने साइकल महोत्सव "टुर दि ठाकुरद्वार" कार्यक्रमका निर्देशक सतिश निरौला महाकाली-मेची यात्राले साईकलको महत्व र अभियानका बारेमा विभिन्न जिल्लाका साईकल अभियानमा साथिहरुसँग जोडिन यात्रा गरेको बताउनुहुन्छ । अर्का साईकलयात्री रमेश मल्ल "टेन्डम" साईकलमा ११ सय किलोमिटर यात्रा अनुभव सम्भवतः नेपाल मै पहिलो भएको बताउनुहुन्छ ।

दैनिक सय किलोमितर यात्रा लक्ष्य राख्नु भएका उहाँहरुको यात्रालाई निर्माणाधिन लोकमार्गहरुले गर्दा समस्या परेको बताउनु भयो । हेटौंडाबाट अबको यात्रा पूर्वी नेपालको केचनाकमल गएर टुङ्गिने छ ।

संविधान शासन र कुर्सीको रक्षाका लागि भयोः पूर्वउपप्रधानमन्त्री महतो

समाज संवाददाता

हेटौंडाः पूर्वउपप्रधानमन्त्री राजेन्द्र महतोले नेपालको संविधान शासन र कुर्सी रक्षाको लागि मात्र भएको जिकिर गर्नुभएको छ । बहुल राष्ट्रिय प्रस्थावना राष्ट्रिय मुक्तिक्रान्तिको सन्दर्भमा हेटौंडा आइपुग्नुभएका महतोले बुधबार पत्रकारहरुसँगको भेटघाटमा यस्तो बताउनुभएको हो ।

नेपालको संविधान सबै जनताको लागि नभएको बताउँदै शासन, सत्ता र कुर्सीकेन्द्रित भएको महतोले आरोप लगाउनुभयो । देशमा ७० वर्षमा ७ वटा संविधान बनेको भए पनि सबै संविधान असफल भएको उहाँको दाबी छ । देशमा भ्रष्टाचार कु-कर्मले फैलिँदै गएको भन्दै उहाँले राष्ट्रमा विभिन्न काण्ड आइरहेको बताउनुभयो ।

नेपालमा जनताको पहिचान मेटाउने काम भएको उहाँको भनाइ छ । देशमा जातजाति, भाषा, संस्कृतिको पहिचान विपरित सरकारले कानुन निर्माण गरेको बताउँदै उहाँले भन्नुभयो, 'सरकारले कानुन बनाएर नै जनाताको पहिचान खोस्ने काम गरेको छ । नेपालको निर्माण बहु राष्ट्रिय आधार भयो, तर सरकारले उक्त कार्य गर्न सकेन ।' प्रदेश नामाकरणमा जनताको मागअनुसार नभएर प्राकृतिक वस्तुको नाममा नामाकरण भएको उहाँको भनाइ छ । देशमा विभिन्न आयका स्रोत भए पनि नेपाल विश्वकै गरिब देशको सूचीमा रहेको उहाँले बताउनुभयो ।

देशमा बहुराष्ट्रिय राज्यको व्यवस्था गर्नुपर्नेमा उहाँको जोड छ। नेपाल एकल राष्ट्रिय सोचबाट चलिरहेकोले बहुराष्ट्रिय राज्यको आवश्यकता रहेको उहाँको भनाइ छ । देशमा संविधान र शासन स्थिर भएमात्र देशमा परिवर्तन हुनसक्ने उहाँले बताउनुभयो। जनताले गरेका पहिचानको आन्दोलनहरु असफल भएकाले सबै मिलेमात्र देशमा पविर्तन हुनसक्ने उहाँको भनाइ छ । जनताले एक पहिचान माग्ने तर सरकारले अर्को पहिचान दिने गरेकोप्रति महतोले आपत्ति जनाउनुभएको हो । राष्ट्रमा संघीयता आएता पनि जनताले खोजेको संघीयता नआएको बताउँदै सरकारले प्रदेशमा अधिकार दिनुपर्नेमा जोड दिनुभयो ।

हेटौंडा रिफरेन्स ल्यावरोटरी

ELISA, CLIA तथा फुल्लि अटोमेटेड मेसिनद्वारा रगतको स्पेसल जाँचहरु गरिन्छ ।

Papcytology
-थाईराईड
-क्यान्सर
-रक्तअल्पता
-वाथरोग
-बाँझोपन
-भाइरस सम्बन्धी सम्पूर्ण परीक्षण गरिन्छ ।

साथै रगत, दिसा, पिसाब, पिप कल्चर समेत गरिन्छ ।

(HRL)

खुल्ने समयः विहान ७:00 बजेदेखि बेलुका ७:00 बजेसम्म

सञ्चालनको छोटो अवधिमै हाम्रो सेवालाई विश्वास गर्दै सेवा गर्ने अवसर दिनुहुने सम्पूर्ण सेवाग्राहीप्रति आभारसहित अब प्रत्येक महिनाको दोस्रो शनिबार सुगर जाँच निशूल्क र चौथो शनिबार थाइराइड जाँचमा ५0 प्रतिशत छुट हुने सहर्ष जानकारी गराउँदछौं।

थप जानकारीको लागि HRL

हेटौंडा रिफरेन्स ल्यावरोटरी

हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ सम्पर्क फोन नं.: ०५७-५२०४५७

सम्पादकीय

शिक्षाको सुधारमा जोड

कुनै पनि देशको विकासका लागि त्यहाँ शिक्षाको उचित विकास आवश्यक हुन्छ । शिक्षाको विकास भएमात्र त्यस देशको आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिकलगायत समग्र पक्षको विकास हुन सक्छ । कुनै पनि ठाउँको शैक्षिक अवस्था कमजोर हुनु भनेको त्यहाँको सबै पक्षहरुको अवस्था कमजोर हुनु हो । विकसित देशहरुले शिक्षाको विकासलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर नीति, कार्यक्रम र बजेट तयार पार्दछन् । यसै कारण ती देशहरु विकासको दौडमा सधैं अगाडि नै रहेका हुन्छन् । तर, हाम्रो देशमा भने शिक्षामा लगानी गर्नुलाई विकास मान्ने गरिएको छैन । राज्य सञ्चालनको जिम्मेवारी पाएका व्यक्तिदेखि आम नागरिकसमेतले शिक्षाको विकासमा ध्यान दिन सकेको पाइँदैन । संघीय तहदेखि स्थानीय तहसम्मका नेतृत्वको प्राथमिकतामा शिक्षा पर्न सकेको छैन भने विकास माग गर्ने आम नागरिकको प्राथमिकतामा समेत शिक्षा पर्ने गरेको छैन ।

आम नागरिकले आफ्ना जनप्रतिनिधिलाई राम्रो शिक्षा हुनुपर्‍यो भन्ने माग बिरलै गर्दछन् । बरु उनीहरु आफ्नो क्षेत्रमा राम्रो सडक, पुल, ढल निकासको समस्या समाधानमा केन्द्रित हुने गरेका छन् । यस्तै समस्या हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका सबैजसो वडाहरुमा पनि छ । हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको ४ नम्बर वडा अध्यक्ष नवीन सिगदेलले वडाबासीले वडामा राम्रो शिक्षा हुनुपर्‍यो नभनी सडक राम्रो हुनपर्‍यो भन्ने गरेको गुनासो गरेका छन् । सोमबार आफ्नो वडाको एक संस्थागत विद्यालयको अभिभावक भेलामा बोल्दै वडाध्यक्ष सिगदेलले वडाबासीहरु बाटो, ढल भएन भनेर आउने गरेको भन्दै विद्यालयमा पठनपाठन राम्रो भएन, विद्यालय राम्रो हुनुपर्‍यो भनेर वडाबासी आउनुपर्ने बताउनुभयो । राम्रो बाटोघाटोलाई मात्र विकास देख्ने परिपाटीलाई आफूले सुधार गर्न सुरु गरेको उनको भनाइ छ । वडाभित्र प्रशस्त शैक्षिक क्रियाकलाप गरिरहेको दावी वडाध्यक्ष सिगदेलको छ । शिक्षामा सुधार नभई समाज सुधार नहुने भन्दै वडामा शिक्षालाई प्राथमिकता दिएर काम गरिरहेको दावी वडाध्यक्ष सिगदेलको छ ।

वडाध्यक्ष सिगदेलले भनेजस्तै देशका अधिकांश नागरिक र जनप्रतिनिधिमा विकासको नाममा सडकमोह उच्च रहेको छ । आफ्नो नानीबाबु अध्ययन गर्ने विद्यालयको विकासमा स्वयम् अभिभावक जागरुक बन्नुपर्छ । अभिभावकको चासो र चिन्ताबाट विद्यालय शिक्षाको सुधार र विकास सहज हुन्छ । यसका साथै, विद्यालय तहको शिक्षाको अधिकार पाएको स्थानीय तहको नेतृत्वले पनि शिक्षाको विकासमा ध्यान दिनुपर्छ । अन्य भौतिक पूर्वाधार भन्दा शिक्षाको विकासलाई बढी महत्व नदिएसम्म समग्र विकास सम्भव हुँदैन । शिक्षाले व्यक्तिको सर्वाङ्गीण विकास गरी असल, योग्य, सक्षम, प्रतिस्पर्धी र उत्पादनमूलक जनशक्ति तयार गर्दछ । राष्ट्रको आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक र पूर्वाधार विकासका लागि त्यस्तो जनशक्तिको योगदान महत्वपूर्ण हुन्छ । सडकलगायत भौतिक विकासमा गरिएको लगानीको तुरुन्तै प्रतिफल देखिन्छ । तर, शिक्षामा गरिएको लगानीको प्रतिफल आजको भोलि नै नदेखिने भएकाले पनि जनप्रतिनिधिको प्राथमिकतामा शिक्षा नपरेको हुनसक्छ ।

शैक्षिक क्षेत्रको सुधार र विकासका लागि धेरै काम गर्न आवश्यक छ । शिक्षामा विकास हुनका लागि प्रत्येक वडा तहबाट आ-आफ्नो वडाभित्रका शैक्षिक विकासमा जोड दिनुपर्छ । वडाभित्रका शैक्षिक समस्याहरुलाई समाधान गर्नुपर्छ । वडाध्यक्षहरुले नै सबैभन्दा पहिला आ-आफ्नो ठाउँबाट शैक्षिक सुधारको अभियान चलाउनुपर्छ । समग्र देशको शैक्षिक अवस्था सुधार्न आफ्नो ठाउँबाट शैक्षिक गतिविधिलाई समयानुकूल बनाउँदै लैजानुपर्दछ । शैक्षिक विकासलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर योजनाहरु निर्माण गरिनुपर्छ । वडाबासी र स्थानीय व्यक्तिको मागअनुसार जनप्रतिनिधिलाई सडकलगायत अन्य भौतिक पूर्वाधारमा ध्यान दिनुपर्ने बाध्यता पनि छ । सडकलगायत भौतिक पूर्वाधारमा गरिएको लगानीको प्रतिफल तुरुन्तै देखिने भएकाले काम देखाउनकै लागि जनप्रतिनिधिले पनि सडकलगायतका पूर्वाधारमा जोड दिने गरेका हुन् । तर, ढिलो प्रतिफल आउने भए पनि यसको दीर्घकालीन सकारात्मक प्रभाव पर्ने भएको शिक्षामा पर्याप्त बजेट विनियोजन गर्न सम्बद्ध पक्षको ध्यान जानैपर्छ ।

महत्वपूर्ण फोन नम्बरहरु

जिल्ला प्रशासन कार्यालय ५२०४९५	फापरबारी इलाका ६२१९८०
जिल्ला प्रहरी कन्ट्रोल १००	चित्लाङ इलाका ६२१०००
ट्राफिक प्रहरी १०३	वारुण यन्त्र १०१
वडा प्रहरी ५२०२९९	बालबालिका खोजतलास केन्द्र १०४
पशुपतिनगर इलाका ५२०५९८	बाल हेल्पलाइन १०९८
मनहरी इलाका ९८५५०९०१६१	हेलो सरकार ११११
भीमफेदी इलाका ६९१४६२	नेपाल टेलिकम सोधपुछ १९७
पालुङ इलाका ६२०४६७	

तपाईंको राशिफल

पं. ज्योतिषः तोयानाथ सुवेदी
ॐ तुलसी मेडीकल हल, हेटौंडा-८, कमाने
सम्पर्क : ९७४५०२८५५५

मेष	: पढाइ–लेखाइमा सरिक भइने समयको योग छ ।
वृष	: व्यापार–व्यवसाय मध्यमकारक रहने समय छ ।
मिथुन	: धार्मिक काममा सरिक भइने समय योग छ ।
कर्कट	: इष्टमित्रको सहयोग प्राप्त हुने समयको योग छ ।
सिंह	: अध्ययन–अध्यापनका काममा सरिक भइने समय योग ।
कन्या	: साथी संगतले मन बिचलित होला ।
तुला	: विद्या र प्रतिस्पर्धाबाट लाभ प्राप्त होला ।
वृश्चिक	: धार्मिक र सामाजिक कामबाट लाभ प्राप्त ।
धनु	: प्रेमका कोपिलाहरु फक्रिएर जालान् ।
मकर	: माया प्रेममा विश्वास बढेर जाने समयको योग छ ।
कुम्भ	: आफू भन्दा ठूलाको आदेश शिरोपर गर्दा राम्रो ।
मीन	: अध्ययन अध्यापन कार्यमा सरिक भइने समय छ ।

शासन र विकास

रमेश घिमिरे

सरकारसँग अधिकार कहाँबाट आउँछ ? सरकार र जनताको अधिकार र कर्तव्य के हो ? विकास कसरी हुन्छ ? यस लेखमा यी प्रश्नहरूको उत्तर खोज्ने प्रयास गरिएको छ ।

जनता, सरकार र शासन

प्राकृतिक रुपमा सबै मानिस स्वतन्त्र हुन्छन् । सरकार र राज्यको अस्तित्व हुँदैन । सबै मानिस मिलेर हाम्रो यो-यो अधिकार सरकारलाई दिन्छौं भनेर आम सहमति गरेपछि सरकारलाई अधिकार प्राप्त हुने हो । मानिसहरू मिलेर जसलाई अधिकार दिन्छन्, त्यो नै सरकार हो । यसलाई सोसल कन्ट्र्याक्ट अर्थात् सामाजिक सम्झौता भनिन्छ ।

आजभोलि जनतालाई अधिकार सम्पन्न गराउनुपर्छ भनेको सुनिन्छ । जनतालाई अधिकार सम्पन्न गराउने भनेको सरकारको अधिकार घटाउने हो । सबै अधिकारको स्रोत जनता नै हो । त्यसैले जनताले सामाजिक सम्झौताबाट दिएका अधिकार जनतालाई नै फिर्ता गर्ने भनेको हो ।

अधिकार र कर्तव्य

सम्झौताले अधिकार र कर्तव्यको सिर्जना गर्छ । अधिकार पाएको पक्षले कर्तव्य पालना गर्नुपर्छ । कर उठाउनु, कानुन बनाउनु र शक्तिको प्रयोग गर्नु सरकारको अधिकार हो । खान लगाउन नपुगेको बेला जनतालाई सहयोग गर्नु र बलियाले निर्धालाई शोषण गर्न खोजेको बेला सुरक्षा दिनु सरकारको कर्तव्य हो ।

दुई जनाले ल्याप्चे लगाएर गरेको करार दुई जनाबीच लागू हुने कानुन हो । एउटा सहकारीको साधारणसभाले पारित गरेको विधान सबै सदस्यबीच लागू हुने कानुन हो । एउटा पार्टीको अधिवेशनले अनुमोदन गरेको विधान सबै साधारण सदस्यका लागि कानुन हो । सरकार र जनताबीच भएको सम्झौतामा स्पष्ट हस्ताक्षर देखिँदैन, तर अभ्यास र प्रणालीबाट त्यो निर्माण भएको हुन्छ । यस्तो कानुन देशका सबै जनताका लागि बाध्यकारी हुन्छ ।

विकास र अर्थतन्त्र

मानिसहरूका सकारात्मक इच्छा, चाहना पूरा हुनुलाई विकास भनिन्छ । विकास कहिल्यै पूर्ण हुँदैन, किनकि मानिसका आकांक्षा थपिँदै जान्छन् । आधारभूत आवश्यकता जस्तै– पेटभरि पौष्टिक खाना खान नपाउनु, लाज ढाक्ने र जाडो थेग्ने लुगा लगाउन नपाउनु, न्यूनतम सुविधा भएको बासस्थान उपभोग गर्न नपाउनुलाई निरपेक्ष गरिबी भनिन्छ ।

मानिसहरु स्वभावैले धनी हुन चाहन्छन् र प्रयत्नशील रहन्छन् । धनी बन्न सीप चाहिन्छ । सीप सिक्न धन चाहिन्छ । विशेष सीप नचाहिने अदक्ष कामबाट आर्जन गरेको पैसा बचत गरेर थप सीप सिक्न सकिन्छ । गरिबीको दुष्चक्रमा फसेका कतिपय मानिस माथि उठ्न कठिन हुन्छ ।

गरिबलाई काम गरेर आर्जन गर्न सक्षम बनाउने वा आर्जन गर्ने अवसर उपलब्ध नभए सामाजिक सुरक्षा भत्ता दिने कर्तव्य सरकारको हो । आधारभूत आवश्यकताका वस्तु र सेवामा अनुदान दिएर, कर नलगाएर वा न्यून आम्दानी गर्ने व्यक्तिलाई कर नलिएर सरकारले गरिबीबाट बचाउने प्रयत्न गर्नुपर्छ ।

जसले धेरै उत्पादन गर्न सक्छ, ऊ नै धनी मानिन्छ । अरूलाई चाहिने एउटै मात्र चिज पनि धेरै उत्पादन गर्न सक्यो भने आफूलाई चाहिने सबै चिज साट्न सकिन्छ । वस्तु वा सेवाको उत्पादन र खपतलाई अर्थतन्त्र भनिन्छ ।

उत्पादन मात्र गरेर त्यसको अर्थ हुँदैन । त्यो कसैले उपभोग गर्नुपर्छ वा कसैले किन्नुपर्छ । सरकारले वस्तु वा सेवा उत्पादन गरेर बेच्नेले गरेको मुनाफामा कर लगाउँछ । साथै, वस्तु वा सेवा उपभोगमा पनि कर लगाउँछ । कसैले अरूकहाँ काम गरेर पारिश्रमिक लिन्छ भने त्यसमा पनि कर लगाउँछ ।

जति धेरै उत्पादन भयो, मानिसहरुले जति धेरै मुनाफा गरे, जति धेरै आम्दानी गरे र जति धेरै उपभोग गरे, सरकारले उति धेरै राजस्व प्राप्त गर्छ । सरकारसँग पैसा धेरै भयो भने सीमान्तकृत मानिसहरुको उत्थानका लागि खर्च गर्न सक्छ । सार्वजनिक सेवाहरुलाई गुणस्तरीय बनाउन सक्छ । ठूला-ठूला विकास निर्माणका कार्य गर्न सक्छ ।

नोट छापेर धनी बनिँदैन

कागजको नोट वास्तवमा धन होइन । धनको बदलामा जारी भएको प्रमाणपत्र हो । केन्द्रीय बैंकसँग छापेको नोटबराबरको सुन वा अन्य चिज हुन्छ । सिद्धान्ततः एक व्यक्ति १ हजार रुपैयाँको नोट लिएर नेपाल राष्ट्र बैंकमा गयो भने त्यो बराबरको सुन वा वैदेशिक मुद्रा साट्न पाउँछ ।

वास्तवमा सुन पनि मानिसले प्रत्यक्ष उपभोग गर्न मिल्ने चिज होइन । सुनलाई प्राचीन कालदेखि नै मुद्राको रूपमा किन स्वीकार गरियो भने यसको असीमित उत्पादन गर्न सकिँदैन । सुन कहिल्यै नबिग्रने धातु हो । सबैले यसलाई स्वीकार गर्ने हुनाले मुद्राको रूपमा मानियो ।

अहिले सुन धितो राखेर त्यो बराबर नै नोट छाप्नुपर्छ भन्ने नियम छैन । तर मोटामोटी त्यो अनुशासन कायम गरिएको हुन्छ । विश्वभर मुद्राको मूल्य किन छ भने त्यसको उत्पादन सीमित छ र त्यसमा मानिसहरूको विश्वास छ । कुनै देशका मुद्रा कुनै बेला मूल्यहीन किन हुन्छन् भने त्यहाँ जथाभावी नोट छापिन्छन् तर मानिसहरूले नोटमा विश्वास गर्दैनन् ।

मानौं, सरकारले धेरै नोट छापेर जनतालाई बाँड्यो । गोजीभरि पैसा भएपछि खेती-किसानी किन गर्ने, दुःख किन गर्ने ? भन्ने सोचाइ धेरैमा आउँछ । सबैले किनेर खाने भनेपछि बजारमा वस्तुको अभाव हुन्छ । अनि मूल्य वृद्धि हुन्छ । पहिले १ सय रुपैयाँमा पाइने चिज अब २ सय परेपछि गोजीमा दोब्बर पैसा हुनुको कुनै अर्थ हुँदैन ।

सीमित सरकार

सरकारले उद्योग, व्यापार सञ्चालन गर्नुभन्दा निजी क्षेत्रले गर्नु देश र जनताका लागि लाभदायक हो । सरकारले रोजगारी दिनुभन्दा निजी क्षेत्रले रोजगारी दिनु राम्रो हो । सडक, पुल, पार्क, एयरपोर्टजस्ता परियोजना पनि निजी क्षेत्रले बनाउँदा सरकार र जनतालाई फाइदा हुन्छ ।

सरकारी कर्मचारीको उत्पादकत्व निजीको भन्दा कम हुनैपर्छ भन्ने होइन । कतिपय निजी कामभन्दा सरकारी काम राम्रो पनि हुन सक्छ । समग्रमा निजीको कार्यदक्षता सरकारीको तुलनामा बढी हुन्छ । निजी क्षेत्र प्रत्यक्ष नाफामुखी हुन्छ । बढी नाफा गर्न उत्पादकत्व र उत्पादन बढी हुनुपर्छ ।

सरकारले जनतालाई सित्तैंमा सेवा दिने भनेको जनताबाटै कर उठाएर हो । कुनै पनि सेवा वास्तवमा सित्तैंमा पाइँदैन । निजी सेवा जसले प्रयोग गर्छ उसले मूल्य तिर्छ । सरकारी सेवाको मूल्य प्रयोग नगर्ने जनताले पनि तिर्छन् ।

सरकारले रोजगारी दिएर गरिबी घट्दैन, बरु बढ्छ । सरकारले जनताबाट कर उठाएर तलब खुवाउने हो । सरकारले कर्मचारी कटौती गर्ने हो भने त्यो पैसा सीमान्तकृतका लागि खर्च गर्न सकिन्छ । सरकारलाई पैसा चाहिएन भने कर नै कम लगाए पनि हुन्छ । कर कम हुनासाथ जनताको आम्दानी स्वतः बढ्छ ।

सरकारले कम खर्च गर्नुपर्छ भन्नुको अर्थ नागरिकले प्राप्त गर्ने सेवा र वस्तुमा कमी ल्याउने होइन । सरकारले लगानी नगरे पनि हुने काममा सरकारी लगानी गर्नु हुँदैन । पैसा तिरेर वस्तु र सेवा किन्न सक्नेका लागि सरकारले सित्तैंमा दिनु पनि हुँदैन ।

उदाहरणका लागि एउटा एयरपोर्ट बनाउँदा सरकारले लिएको ऋण सबै जनताले तिरेको करबाट चुक्ता गर्नुपर्छ । एयरपोर्ट कर्पोरेट क्षेत्रलाई निर्माण गर्न दिएर त्यो पैसा सीमान्तकृत मानिसका लागि खर्च गर्न सकिन्छ । एयरपोर्ट प्रयोगकर्ताबाट शुल्क उठाएर निजी कम्पनीले मुनाफा कमाउँछ । त्यो कम्पनीबाट सरकारले कर पनि प्राप्त गर्छ ।

सरकारले गरिबी घटाउने कि बढाउने

गरिबी निवारण गर्न भनेर ल्याइएको कार्यक्रमले गरिबी बढाइरहेको हुन सक्छ । उदाहरणका लागि गरिबी निवारण कार्यक्रममा सरकारले एक आर्थिक वर्षमा २ करोड रुपैयाँ खर्च गर्छ । तर त्यो कार्यक्रमबाट जनताको २ करोड रुपैयाँ पनि आम्दानी बढ्दैन । वास्तवमा यस कार्यक्रमबाट गरिबी बढ्न जान्छ ।

नेपालमा प्रायः सबै सरकारी कार्यक्रम परियोजनाले गरिबी बढाउन मद्दत गरेका छन् । जलविद्युत, सडक, एयरपोर्ट, भ्युटावर, विशेष आर्थिक क्षेत्र, सिँचाइजस्ता परियोजनाको लाभ लागत विश्लेषण गर्दा अत्यधिक घाटामा छन् । जनताले स्वदेश र विदेशमा काम गरेर आम्दानी बढाएका छन् । सरकारले जनताको आम्दानीको करिब २५ प्रतिशत कर उठाएको छ । सरकारले त्यो करको सही सदुपयोग गरे जनताको आम्दानी १ सय प्रतिशत बढ्न सक्छ, अन्यथा २५ प्रतिशत पनि नबढ्न सक्छ ।

३५ वर्षमा गरिबी ४६ प्रतिशतबाट २० प्रतिशतमा झरेको छ । सरकारका परियोजनाहरुले गरिबी बढाएको तुलनामा निजी क्षेत्र वा नागरिकका गतिविधिले अधिक गरिबी घटाएका छन् । यसले गर्दा औसतमा गरिबी घटेको हो । गरिबी कम गर्न सरकारले सही लगानी गर्नुपर्छ भन्ने पनि छैन । उत्पादन, व्यापार, व्यवसाय गर्न निजी क्षेत्रलाई खुला गर्दा जनताको आम्दानी बढ्छ । निष्पक्ष, न्यायोचित र झन्झटरहित सेवाले व्यवसायको लागत घटाउँछ ।

सरकारले लाभ लागत हेरेर नाफामूलक परियोजना मात्र सञ्चालन गर्नुपर्छ भन्ने छैन । मानिसहरूलाई न्याय, अधिकार र सम्मान प्रदान गर्न पनि सरकारी लगानी आवश्यक हुन्छ । तर, कुनै सरकारी लगानीबाट प्रतिफल नआए पनि अन्यबाट आएको प्रतिफलले त्यसलाई परिपूर्ति गर्नुपर्छ । विकल्पहरू उपलब्ध हुने ठाउँमा उपयुक्त विकल्प छानेर काम गर्नुपर्छ । *(स्रोतः कारोबारदैनिक)*

किन रातमा भन्दा दिनमा शरीर फूर्तिलो हुन्छ ?

मानौं, हाम्रो शरीर एक यन्त्र (मेसिन) हो । जस्तो कि यन्त्रलाई पूर्ण रुपले उत्पादनशील बनाउन केही समय विश्राम दिनुपर्ने हुन्छ । हाम्रो शरीरले पनि ठीक यसैगरी काम गर्छ । अर्थात् शरीरलाई चलायमान र जीवित राखिरहनका लागि केही समयका विश्राम जरुरी हुन्छ ।

जस्तो, तपाईंले आज पर्याप्त निद्रा लिनुभएन भने भोलिपल्ट तपाईं उत्तिकै ताजा र स्फूर्ति महसुस गर्न सक्नुहुन्न । अल्छी लाग्छ, शिथिल महसुस हुन्छ । यसले तपाईंको भोक लाग्ने प्रक्रियालाई पनि असर गर्छ । यसरी शरीरको आन्तरिक प्रणालीलाई नियमन र व्यवस्थित गर्ने एक अदृश्य तत्व हुन्छ, जसलाई सर्केडियन रिदम भनिन्छ ।

राति निद्रा लाग्नु, बिहान निद्रा खुल्नु, शरीरको तापमान कायम राख्नु, भोक लाग्नु, खाना पच्नु, जाँगर चल्नु, अल्छी लाग्नु, फूर्ति हुनु, शिथिल हुनु आदिमा यसैको भूमिका हुन्छ । यो मस्तिष्कको आन्तरिक घडी हो, जसले २४ घण्टाको चक्रमा शरीरलाई एउटा प्रक्रियामा डोर्‍याउन सूचित गरिरहेको हुन्छ ।

सर्केडियम शब्द ल्याटिन फ्रेज 'सर्का दीम'बाट लिइएको हो । यसको अर्थ हुन्छ, 'लगभग एक दिनमा ।' सर्केडियम रिदम वा जैविक घडी त्यही हो, जो बाहिरी वातावरणको प्रतिक्रियामा कुनै जीवको सुत्ने र उठ्ने चक्र, अन्तस्रावी र पाचन मार्ग (मेटाबोलिक पथ)लाई नियन्त्रण गर्ने एक प्रक्रिया हो ।

यसलाई अझ सरल भाषामा बुझौं । एक रात र एक दिनको जुन समय चक्र हुन्छ, त्यही अनुसार हाम्रो शरीरले पनि तालमेल मिलाउने गर्छ । बिहान, दिउसो, साँझ, रातको समय अनुसार हाम्रो शरीरमा फरक फरक प्रतिक्रिया हुन्छ । सर्केडियन रिदमले हाम्रो मस्तिष्कलाई दिनको समयमा सर्तक रहन सूचित गर्छ । त्यही कारण हामी दिनभर चुस्त र फूर्तिलो महसुस गर्छौं । जबकि रातको समय वा अँध्यारोमा हाम्रो मस्तिष्कले शरीरलाई विश्रामको संकेत गर्छ । तब हामी सुस्त र सिथिल हुँदै जान्छौं ।

यसको गडबडीले स्वास्थ्यमा प्रभाव

जब सर्केडियन रिदममा गडबडी हुन्छ, त्यसले शरीरको विभिन्न भागमा असर गर्छ । मानौं तपाईं राम्ररी सुत्न पाउनुभएन वा शरीरलाई पूर्ण विश्राम दिनुभएन भने त्यसले तपाईंको मनस्थितिमा असर गर्छ । मुड खराब गर्छ । पाचन प्रक्रियामा बाधा गर्छ । खाएको कुरा राम्ररी पच्दैन ।

सर्केडियन रिदम गडबड हुनासाथ हाम्रो मेटाबोलिज्ममा त्यसको सोझो असर गर्छ । मेटाबोलिज्म भनेको शरीरको खाना पचाउने प्रक्रिया हो ।

सर्केडियन रिदमले हाम्रो शरीरिक

....बाँकी पृष्ठ ३ मा

सहकारी दिवस मनाउन प्रदेशस्तरीय समिति

समाज संवाददाता

हेटौंडाः ६७ औं राष्ट्रिय सहकारी दिवस मनाउन बागमती प्रदेशस्तरीय समिति गठन भएको छ । प्रदेश सहकारी विकास बोर्डका उपाध्यक्ष नारायणप्रसाद देवकोटाको संयोजकत्वमा १ हजार एक सदस्यीय मूल समारोह समिति गठन गरिएको हो ।

बुधबार मकवानपुर जिल्ला सहकारी संघको आयोजनामा हातेमालो बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड हेटौंडाको सभाहलमा भएको सहकारी सञ्जालको बैठकले मूल समारोह समिति गठन गरेको हो । सहकारी दिवसलाई अनुशासित, व्यवस्थित र मर्यादितरुपमा भव्यताका साथ सम्पन्न गर्न बागमती प्रदेश संस्कृति, पर्यटन तथा सहकारी मन्त्रालयका सचिव हरिशरण पुडासैनीलाई प्रमुख सल्लाहकारमा मनोनित गरिएको छ । यस्तै, सहकारी महासंघका सञ्चालक बद्रीप्रसाद लम्साल र केन्द्रीय दुग्ध सहकारी संघका सञ्चालक बिदुर हुमागाईलाई सल्लाहकार मनोनयन गरिएको छ ।

मूल समारोह समितिको सहसंयोजकमा बागमती प्रदेश सहकारी संघ लिमिटेडका अध्यक्ष रामशरण घिमिरे र सदस्यसचिवमा बागमती प्रदेश सहकारी माहाशाखाका रजिष्ट्रार रोहित पोखरेल रहेका छन् । मूल समारोह समितिमा राष्ट्रिय सहकारी महासंघका बागमती प्रदेश भित्रका सञ्चालक र लेखा समितिका सदस्यहरु, राष्ट्रिय सहकारी बैंकका बागमती प्रदेश भित्रका सञ्चालक र लेखा समितिका सदस्यहरु, केन्द्रीय विषयगत सहकारी संघका बागमती प्रदेशभित्रका सञ्चालक र लेखा समितिका सदस्यहरु, बागमती प्रदेश सहकारी संघ लिमिटेड र बिषयगत सहकारी संघका सम्पूर्ण सञ्चालकहरु समितिका सदस्य चयन भएका छन् ।

बागमती प्रदेश संस्कृति, पर्यटन तथा सहकारी मन्त्रालयका लेखा अधिकृत विनोद प्रधान, योजना अधिकृत उत्तम चापागाई, प्रशासन प्रमुख बिजय बिडारी, अधिकृत दीपकराज मिश्रलाई पनि सदस्यमा चयन गरिएको छ । बागमती प्रदेशका १३ वटै जिल्लाका जिल्ला सहकारी संघका सञ्चालक, लेखा समिति र पूर्वअध्यक्षहरु, ब्यवस्थापकहरु, राष्ट्रिय सहकारी बैंक बागमती प्रदेश कार्यालय हेटौंडा, नेफस्कुन फिल्ड कार्यालय हेटौंडा, मूल कार्यक्रममा सहभागी हुने स्थानीय पालिकाभित्रका प्रारम्भीक सहकारी संस्थाका अध्यक्षहरु, समन्वय समिति गठन भएका पालिकास्तरीय समन्वय समितिका संयोजकहरु समितिको सदस्य रहने सहकारी दिवस मूल समारोह समितिका कार्यालय सचिव गोबिन्द दाहालले बताउनुभयो ।

बैठकले सहकारी दिवसको गतिबिधि र कार्यक्रमलाई ब्यवस्थित बनाउन आवश्यक समन्वय गर्नका लागि सचिवालयसमेत गठन गरेको छ । सचिवालयमा मूल आयोजक समिति संयोजक देवकोटा, सहसंयोजक बागमती प्रदेश सहकारी संघका अध्यक्ष रामशरण घिमिरे, सदस्यसचिव बागमती प्रदेश सहकारी माहाशाखाका रजिष्ट्रार रोहित पोखरेल, सदस्यहरुमा राष्ट्रिय सहकारी महासंघको बागमती प्रदेशका सञ्चालकहरु, केन्द्रीय बिषयगत सहकारी संघ लिमिटेडका सञ्चालकहरु, बागमती प्रदेश संस्कृति, पर्यटन तथा सहकारी मन्त्रालयका अधिकृत रमेश पौडेल, बागमती प्रदेश सहकारी विकास बोर्डका कार्यालय प्रमुख प्रतिमा सापकोटा, हेटौंडा उपमहानगरपालिका सहकारी महाशाखा प्रमुख हिमप्रसाद पौडेल, बागमती प्रदेश सहकारी संघका व्यवस्थापक रुपक घिमिरे, बागमती प्रदेश विषयगत सहकारी संघका अध्यक्ष र ब्यवस्थापकहरु, मकवानपुर जिल्लाका विषयगत सहकारी संघका अध्यक्ष र ब्यवस्थापकहरु रहेका छन् ।

६७ औं राष्ट्रिय सहकारी दिवसको अवसरमा चैत महिनाभर प्रदेशभरका सहकारी संघ संस्थाहरुले विविध रचनात्मक कार्यक्रमसहित मनाउने संयोजक नारायणप्रसाद देवकोटाले बताउनुभयो । नेपालको पहिलो सहकारी चितवनको बखान ऋण सहकारी स्थापना भएको दिन हरेक वर्ष चैत २० गते राष्ट्रिय सहकारी दिवस विविध कार्यक्रमसहित मनाइँदै आएको छ ।

किन रातमा भन्दा...

क्रियाहरुको आफ्नै तालिका बनाएको हुन्छ । त्यसैले यसको गडबड हुनासाथ शरीरमा विभिन्न अवरोध देखापर्छ । जस्तो, कसैले आफूले नियमित खाइरहेको तालिकाभन्दा फरक समयमा खाना खाँदा रगतमा रहेको ग्लुकोजको चक्रलाई परिवर्तन गर्न सक्छ । रात्रिकालीन काम गर्नेहरुमा तौल बढ्नुको कारणमध्ये यो पनि एक हो ।

सर्केडियन रिद्मलाई असर गर्ने कारक

बिहान सही समयमा उठ्ने, राति सही समयमा सुत्ने क्रममा अनियमित हुँदा शरीरको सर्केडियन रिदममा गडबड हुन्छ । यसले हृदयसम्बन्धी विकार पनि पैदा गर्छ । त्यस्तै अनियमित दिनचर्या, खानपान, खराब जीवनशैलीले पनि यसलाई असर गर्छ ।

औसत सात घण्टाभन्दा कम सुत्ने मानिसमा भिटामिन ए, डी र बी १, साथै म्याग्नेसियम, क्याल्सियम, जिङ्क र फस्फोरसको कमी हुन्छ । साथै भोक लाग्ने स्थिति वा पाचन क्रिया, मानसिक सतर्कता, हृदय नियन्त्रण, प्रतिरक्षा जस्ता कुराहरु गडबड हुन्छ । शरीरको प्राकृतिक सामान्य चक्रमा बाधा पुग्दा विभिन्न स्वास्थ्य समस्या आउँछ ।

सर्केडियन रिद्म राम्रो बनाउने उपाय

-दैनिक सातदेखि आठ घण्टासम्म गहिरो निद्रा लिने ।

-व्यायाम गर्ने ।

-नियमित तलिकाअनुसार खाना खाने ।

-राति अबेर खाना खाने वा ढिलो सुत्ने बानी त्याग्ने ।

-प्रत्येक दिन ३० मिनेट घाम ताप्ने र सक्रिय रहने प्रयास गर्ने ।

-सुत्नुभन्दा दुई वा तीन घण्टा अघि नै खाना खाने ।

(स्रोत: अनलाईनखबर)

श्रमिक माविको भवन सिलान्यास

भवन सिलान्यास गर्नुहुँदै नगरप्रमुख लामा ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-४, करास्थित श्रमिक माविको नयाँ शैक्षिक भवन निर्माण कार्य सुरु भएको छ । संघीय सरकारको लगानीमा बहुवर्षीय योजनाको रुपमा ४ तल्ले भवन निर्माण कार्य सुरु भएको हो । कुल १६ कोठाको शैक्षिक भवन निर्माणका लागि चालु शैक्षिक सत्रमा विनियोजित बजेटबाट जग र पहिलो तल्लाको ढलानसम्मको कार्य हुनेछ ।

बुधबार बिहान हेटौँडा उपमहानगर पालिकाकी प्रमुख मीना कुमारी लामाले सिलान्यास गर्नुभएको छ । भ्याट बाहेक ८१ लाख ३८ हजार रुपैयाँ लागत अनुमान गरी टेण्डर आव्हान गरिएकोमा काठमाडौंको मगर कन्स्ट्रक्सन प्रालिले भ्याट बाहेक ५१ लाख ६ हजार रुपैयाँमा ठेक्का सम्झौता गरेको छ । फागुन १० गते ठेक्का सम्झौता गरिएको र निर्माण कार्य २०८१ साल असार १५ गतेसम्ममा सम्पन्न गर्नुपर्नेछ ।

१० कक्षासम्म पठनपाठन हुने विद्यालयमा ५ सय विद्यार्थी अध्ययनरत छन् । भवन सिलान्यास कार्यक्रममा वडा सदस्य गीता त्रिपाठी, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष विवेक कार्की, प्रधानाध्यापक श्रीराम दाहाल, पूर्वप्रधानाध्यापक चन्द्रकान्त श्रेष्ठ, चतुर्भुज उपाध्याय, श्रमिक पूर्वविद्यार्थी समाजका संयोजक सुरेश श्रेष्ठ लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

जेसीजका पदाधिकारीलाई तालिम

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको पश्चिमी क्षेत्रमा क्रियाशील चैनपुर जेसीज मनहरीले शाखाका पदाधिकारीका लागि तालिमको आयोजना गरेको छ । शाखा पदाधिकारीको काम, कर्तव्य, अधिकारको विषयमा जानकारी गराउँदै थप सक्रिय बनाउने उद्देश्यले तालिमको आयोजना गरेको बताइएको छ । पवन अर्यालको संयोजकत्व एवम् शाखा अध्यक्ष रविन ढकालको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा मनहरी गाउँपालिका ८ नम्बर वडा अध्यक्ष नारायण उप्रेतीको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो ।

प्रमुख अतिथि उप्रेतीले जेसीजबाट राजनीतिक दल र अन्य सामाजिक संघसंस्थाले एक वर्ष, एक व्यक्ति, एक कार्यकालको विधि र आफ्नै खर्चबाट कार्यक्रम गर्ने विषयलाई अवलम्वन गर्नुपर्ने बताउनुभयो । जेसीजसँगको सहकार्यमा युवाहरुको नेतृत्व र व्यक्तित्व विकाससँगै लागूऔषध दुर्व्यसनको विरुद्ध काम गर्न तयार रहेको उप्रेतीले बताउनुभयो । तालिमलाई हेटौंडा जेसीज वर्ष सन् २०१५ का अध्यक्ष दीपकराज मिश्रले सहजीकरण गर्नुभएको थियो ।

तालिमको उद्घाटन समारोहमा प्रशिक्षक मिश्र, चैनपुर जेसीज मनहरीका निवर्तमान अध्यक्ष गणेशदर्पण अधिकारी, कार्यकारिणी उपाध्यक्ष महेश खुलाल लगायतले मन्तव्य व्यक्त गर्नुभएको थियो । सन् २०२२ मा स्थापना भएको चैनपुर जेसीजले मकवानपुरको पश्चिमी क्षेत्र मनहरी र राक्सिराङका युवाहरुलाई समेट्दै नेतृत्व र व्यक्तित्व विकाससँगै सामाजिक कार्य गर्दै आएको छ । नयाँ शाखा भएकोले तालिमलाई विशेष प्राथमिकता दिइएको अध्यक्ष रविन ढकालले बताउनुभएको छ ।

होटल एसोसिएसनको भवन उद्घाटन

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुर होटल एसोसिएसनको नवनिर्मित भवन उद्घाटन भएको छ । बुधबार होटल महासंघका केन्द्रीय अध्यक्ष दिनेशकुमार चुकेले हेटौंडा-११, थानाभऱ्याङ, सिमलटारमा निर्माण सम्पन्न भवनको उद्घाटन गर्नुभएको हो ।

कार्यक्रममा होटल महासंघका केन्द्रीय अध्यक्ष चुकेले २०६८ सालबाट महासंघले ६५ जिल्लामा रहेका होटलको क्षेत्रमा सेवा विस्तारका कार्य गर्दै आएको जानकारी गराउनुभयो । पछिल्लो समयमा पर्यटन क्षेत्र सुस्ताएकाले विभिन्न क्षेत्रका पर्यटक भित्र्याउन आवश्यक रहेकोमा जोड दिनुभयो । सरकारले पर्यटनको क्षेत्रमा नीतिगत कार्य गर्न नसक्दा विभिन्न क्षेत्रमा समस्या आइपरेको उहाँको भनाइ छ ।

महासंघले देशभर रहेका ८१ हजार होटल व्यवसायीहरुको क्षेत्रमा कार्य गर्दै आएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । पछिल्लो समय होटल व्यवसायमा आएको समस्याले होटलमा सुसाइड गर्ने कार्य बढेकाले प्रशासनसमक्ष त्यस्ता घटना समाधान गर्न जोड दिनुभयो । होटल व्यवसायी महासंघमा १० हजार जनशक्ति आवश्यक रहेका कारण संघले दक्ष जनशक्ति उत्पादनमा जोड दिएकोसमेत उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

होटल व्यवसायी महासंघ, होटल तथा पर्यटन व्यवसायी महासंघ बागमती प्रदेश र जिल्ला संघको संयुक्त भवन निर्माण गर्न हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले ५ कठ्ठा जग्गा उपलब्ध गराएको थियो । २२ लाख ५० हजार लागतमा २ कोठाको भवन निर्माण गरिएको हो । विभिन्न संघ तथा व्यक्तिबाट प्राप्त रकमबाट भवन निर्माण गरिएको मकवानपुर होटल एसोसियसनका अध्यक्ष दिलिशगोविन्द जोशीले जानकारी दिनुभयो । होटल व्यवसायी महासंघ नेपालबाट ५ लाख, होटल तथा पर्यटन व्यवसायी संघ बागमती प्रदेशबाट २ लाख, संघका संस्थापक अध्यक्ष भागिरथ शर्माबाट २ लाख, मकवानपुर जिल्ला संघबाट १३ लाख ५० हजार जम्मा भएको उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

मकवानपुर होटल एसोसियसन २०६० सालमा स्थापना भई होटल व्यवसायीको हक, हितका निमित्त संगठन विस्तार गरी कार्य गर्दै आएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । संघमा अहिले ४१८ जना होटल व्यवसायी सदस्य आवद्ध रहेको अध्यक्ष जोशीले बताउनुभयो । संस्थाले पर्यटन प्रवर्द्धन तथा आर्थिक विकासका लागि विभिन्न कार्यक्रमहरु गर्दै आएकोसमेत बताउनुभयो ।

कार्यक्रममा होटल एसोसिएसन बागमती प्रदेशका अध्यक्ष दामोदर नेपाल, मकवानपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी सूर्यप्रसाद सेढाई, जिल्ला प्रहरी कार्यालय माकवानपुरका प्रहरी प्रमुख सीताराम रिजाल, सशस्त्र प्रहरी १४ नम्बर गणका गणपति ज्ञानप्रसाद भुर्तेल, ११ नम्बर वडा अध्यक्ष जुना दाहाललगायत होटल व्यवसायीहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

२७ क्वीन्टल प्याज नियन्त्रण

समाज संवाददाता

हेटौँडाः मकवानपुर प्रहरीले अवैध रुपमा भन्सार छलेर ल्याएको २७ क्वीन्टल प्याज नियन्त्रणमा लिएको छ । बुधबार बिहान ३ बजेर १५ मिनेटको समयमा हेटौँडा-१५ रातोमाटेबाट प्रहरीले अवैध प्याज नियन्त्रणमा लिएको हो । पूर्व-पश्चिम राजमार्गमा पथलैयाबाट हेटौँडातर्फ आउँदै गरेको प्रदेश २-०३-००१ च ५६५४ नम्बरको बोलेरो गाडीलाई रोकेर सुरक्षाजाँच गर्दा ६० वटा बोरामा प्याज बरामद गरी नियन्त्रणमा लिएको जनाएको छ । उक्त प्याजसहित गाडीलाई नियन्त्रणमा लिएर आवश्यक कारबाही तथा अनुसन्धानका लागि राजश्व अनुसन्धान कार्यालय पथलैयामा पठाइएको छ ।

श्री हेटौंडा उपमहानगरपालिका

१८ नं. वडा कार्यालय

हर्नामाडी, हेटौंडा मकवानपुर, बागमती प्रदेश, नेपाल

बस भाडामा लिने सम्बन्धि सूचना

प्रथम पटक सुचना प्रकाशित मिति २०८०।१२।०१ गते

प्रस्तुत विषयमा हटौंडा उपमहानगरपालिकाको स्वीकृत कार्यक्रम अनुसार यस १८ नं वडा क्षेत्र भित्रका हेटौंडा बजारमा रहेको क्याम्पस तथा महाबिद्यालयहरूमा अध्यनरत विद्यार्थीहरूलाई शैक्षिक सुधार तथा विद्यार्थी प्रोत्साहन कार्यक्रम अर्न्तगत आवतजावत गर्नको लागि आ.ब. २०८०।००१ को बैशाख देखि अषाढ मशान्त सम्म ३(तीन) महिनाको लागि तपसिलको रूट र समयमा ४२ (बयालिस) सिट क्षमताको सवारी साधन (बस) भाडामा लिनुपर्ने भएकोले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र)दिन भित्र तोकिएको दस्तुरमा शिलबन्दी दरमाउपत्र फारम खरिद १६ (सोह्र)औ दिन दिनको १२:०० बजे भित्र दाखिला गर्नु हुन सम्बन्धीत सबैमा यो सुचना प्रकाशित गरिएको छ । साथै उक्त दिनहरूमा सार्वजनिक बिदा पर्न गएमा कार्यालय खोलिएको पहिलो दिन सहि समयमा उक्त कार्यहरु गर्न सकिने छ ।

तर्पासल:-

बिहानको बस छुट्ने समयः- (पहिलो सिफ्ट) बिहान ४:४५ मा र दोश्रो सिफट ९:४५ मा

स्थान :- दोभानचौर, दियावाती, एक्लेखेत मैना चोक, फुर्केचौर, व्दर्श चोक, खडकुले चोक, ठूलोदमार चोक, पुरानो हेल्थ पोष्ट चोक, रामधुनी चोक, पाखिन चोक, आरामपुर चोक र भोर्ले चोक हुँदै हेटौंडा बजार सम्म ।

फर्कने बस छुट्ने समय :-बिहान १०:४५ बजे १ सिफ्ट मात्र

स्थान :- हेडौँटा बजारबाट भोर्ले चोक, आरामपुर चोक, पाखीन चोक, रामधुनी चोक, पुरानो हेल्थ पोष्ट चोक, ठुलोदमार चोक, खड्कुले चोक, ब्रदर्श चोक, फुर्केचौर चोक, एक्लेखेत मैना चोक, दियावाती, दोभान चौर)

शर्तहरू:-

-शिलबन्दी दरमाउपत्र फारम दस्तुर रू. १,०००।- (एक हजार मात्र) वडा कार्यालयमा तिरी खरिद गर्न सकिने छ ।

-सवारी साधन यातायात व्यवस्था विभागले तोकेको मापदण्ड पुगेको तथा चालु अवस्थाको राम्रो कन्डिसनको हुनुपर्ने छ ।

-सवारी साधन/तेश्रो पक्ष तथा यात्रु बिमा भएको/गरेको हुनुपर्ने छ ।

-सवारी साधनको ब्लु बुक, रूट ईजाजतपत्र समय भित्र नवीकरण भएको हुनुपर्ने छ ।

-परिवहनको सुविधा नियमित रूपमा हुनुपर्ने छ ।

-परिवहन संचालन नभएको दिन तथा समयको भुक्तानी दिईने छैन ।

-विद्यार्थी आवत जावत गर्ने समयमा अन्य यात्रु निषेध गरिएको छ ।

-सवारी चालक, सह-चालकको तलब, भत्ता तथा खाना र सवारी साधनको ईन्धन, मर्मत, कर तथा दस्तुर लगायत सम्पूर्ण खर्च सवारी घनी स्वंयमको हुनेछ ।

-घरौटी वापतको रकम रू ३३,०००।- (अक्षरेपि : तेत्तिस हजार) मात्र यस वडा कार्यालयका नेपाल वैंक लिमिटेड सिटी अफिस हेटौडामा रहेको घरौटि खाता नं ०२५०३०००००३००१००००१८ मा जम्मा गरि सक्कलै भौचर शिलबन्दी वोलपत्र साथ पेश गर्नु पर्नेछ ।

-सवारी साधनको भाडा मासिक रूपमा नियमानुसार लाग्ने करकट्टी गरि भुक्तानी गरिने छ ।

-भाडा रकम अग्रिम भुक्तानी गरिने छैन ।

-सवारी चालक, चालक अनुमती प्राप्त घुम्रपान तथा मद्यपान नगर्ने नैतिक चरित्रवान हुनुपर्ने छ ।

-अन्य शर्तहरू शिलबन्दी दरभाउपत्रमा उल्लेख भए अनुसार हुने छ ।

-कार्यालयको हितलाई ध्यानमा राखी शिलबन्दी दरभाउपत्र स्वीकृत गर्ने नगर्ने वा आंशिक रुपमा गर्ने अधिकार हेटौंडा उपमहानगरपालिकामा हुनेछ ।

-वस भाडा सम्बन्धि माथि उल्लेख भएका शर्तहरु यसै बमोजिम तथा अन्य कुराहरु सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ र नियमावली २०६४ तथा प्रचलित कानुन बमोजिम हुने छ ।

थप जानकारीका लागि वडा कार्यालयमा, कार्यालय समयभित्र सम्पर्क राख्न सकिने छ ।

समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि.
हेटौंडा, मकवानपुर

बालबालिकालाई मैत्रीपूर्ण वातावरणमा पढ्न, लेख्न सिकाउन अभिभावक जिम्मेवार बनौं ।

कृशु अर्यालको कविता संग्रह विमोचन

"पल्लवित पाइला" विमोचन गरिँदै ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः बालसाहित्यकार कृशु अर्यालको कविता संग्रह "पल्लवित पाइला" विमोचन गरिएको छ । बुधबार हेटौँडा-२ स्थित बालजागृति इंग्लिस सेकेण्डरी स्कुलको सभा कक्षमा कविता संग्रह विमोचन गरिएको हो । बालजागृति स्कूलबाटै एसईई उत्तीर्ण अर्यालको कृति विमोचनको कार्यक्रम विद्यालयले नै आयोजना गरेको हो ।

विद्यालयका प्रिन्सिपल विनोद सुवेदीको अध्यक्षता तथा सर्जक सञ्जाल मकवानपुरका संयोजक निमेष निखिलको प्रमुख आतिथ्यतामा कृति विमोचन कार्यक्रम भएको हो । कृतिको प्रकाशक कृशुकै हजुरबुबा ढुण्डिराज पोखरेल हुनुहुन्छ । कविता संग्रहमाथि साहित्यकार भावना सापकोटा र श्यामकुमार बानियाँले समीक्षा गर्नुभएको थियो । अभिभावकको स्नेह, महिला हिंसा, लैंगिक विभेदलगायतका विषयवस्तुमा कृशुले कविता लेखेको समीक्षकको भनाइ थियो ।

आफ्नो पूर्वविद्यार्थीले साहित्यमार्फत समाजको चित्रण गरेको भन्दै प्रिन्सीपल विनोद सुवेदीले खुसी व्यक्त गर्नुभयो । कृतिकार अर्यालले हजुरबुबाको माया र प्रेरणाबाट कविता लेख्न सुरु गरेको बताउनुभयो । विद्यालयकै शिक्षकको प्रेरणाले पनि स्थानीय पत्रपत्रिकामा फुटकर कविता लेख्नुहुने अर्यालले कविता संग्रह नै प्रकाशित गरेकोमा विद्यालय परिवारले खुसी व्यक्त गरेको छ । ३७ वटा कविता समावेस गरिएको कृतिबाटै कृशुले २ वटारु कविता वाचन गर्नुभएको थियो ।

आयुर्वेदप्रति बिरामीको आकर्षण बढ्दै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा अस्पतालको आयुर्वेदिक विभागप्रति बिरामीहरुको आकर्षण बढिरहेको छ । हेटौंडा अस्पतालको भुई तल्लामा रहेको आयुर्वेदिक विभागमा जाँच गर्न आउने बिरामीहरुको आकर्षणसहित चापसमेत बढिरहेको हो ।

अस्पतालको आयुर्वेदिक विभागमा आयुर्वेदको राम्रो परामर्श र गुणस्तरीय औषधीका कारण बिरामीको चाप बढ्दै गएको विभागका डा. राम अर्यालले बताउनुभयो । आयुर्वेदिक विभागमा बिरामीहरु पत्थरी, पेटको समस्या, ग्यास्ट्रिक, महिनावारी समस्या, मधुमेह, उच्च रक्तचाप, पाइल्सलगायतका समस्या लिएर आउने गरेका छन् । जसमध्ये धेरै बिरामीमा पेटको समस्या, ग्यास्ट्रिक र पाइल्सको समस्या देखिने गरेको डा. अर्यालले बताउनुभयो । धेरै बिरामी मेडिकल औषधीले राम्रोसँग ठिक नभएपछि आयुर्वेद विभागमा जाँच गर्न आउने गरेका डा. अर्यालको भनाइ छ ।

रोगलाई ठिकमात्र नभएर रोगबाट बच्न वा रोग लाग्न नदिन आयुर्वेदले मद्दत गर्छ । बिरामीहरुले आयुर्वेद र मेडिकल दुबैको औषधी प्रयोग गर्ने गरेका छन् । डाक्टरको परामर्श अनुसार दुबै औषधी खादा केहि फरक नपर्ने डा. अर्यालले प्रष्ट पार्नुभयो । आयुर्वेदिक विभागमा पहिले १५ जना बिरामी आउने गरेकोमा अहिले दैनिक ५० जना जाँच गर्न आउने गरेका छन् । अस्पतालमा बीमा भएको कारण बिरामीहरु धेरै बढिरहेका डा. अर्यालले बताउनुभयो । विभागमा बिरामीहरु पुनःजाँचका लागि समेत आउने गरेका छन् ।

अस्पतालमा आएका बिरामीहरुले आयुर्वेदलाई सकारात्मक पक्षले हेरिरहेका उहाँले जानकारी दिनुभयो । मधुमेह भएका बिरामीहरुले प्रशस्त पानी, जौ, गहुँ, कोदो, गेडागुडी, माछा, बदाम, टोफु, टमाटर, प्याज, ब्रोकाउली, मेथी, करेला, हरियो साग-सब्जी, कुरिलो, सजिउन, लसुन, काक्रो, दूध (तर झिकेको), स्याउ, एभोकाडो, अंगुर, नास्पती, स्ट्रबेरी, सुन्तला, अरुबखडा, भोगटे र अमला खान सक्नेछन् । यस्तै, चिनी र सखरले बनेका परिकार, मैदाको परिकार, सेतो चामल, तारेको खानेकुरा, खजुर, केरा, अम्बा, मेवा, आँप, खर्बुजा, कटहर, कन्दमूत (आलु सख्खरखण्ड, पिंडालु आदि), जुस, मह, चिसो पेयपदार्थ, बाहिरी खाना, मिठाइ, चुरोट, रक्सी खान नहुने डा. अर्यालले बताउनुभयो ।

यस्तै, उच्च रक्तचाप भएका बिरामीहरुले हरियो सागपात, प्रशस्त पानी (मनतातो), माछा, लसुन, करेला, सजिवन, फर्सी (बीज), स्कुस (बीज), केरा, अनार, किवी, अम्बा, खर्बुजा, स्ट्रबेरी, अमला, ओट, नौनी निकालेको दूध खान मिल्ने उहाँको भनाइ छ । तारेको खानेकुरा, चिल्लो, मैदाको परिकार, रातो मासु, अत्यधिक नून, कुरोट, रक्सी, धेरै मात्रामा दूध र दूधको परिकार, बाहिरी खाना र धेरै मात्रामा चिनी खान नहुने डा. अर्यालले जानकारी दिनुभयो । आमवात भएका बिरामीहरुले राति अबेर सुत्न, दिउँसो सुत्न र चिसो पानीले नुहाउन नहुने उहाँको भनाइ छ । वातरक्त भएका बिरामीहरुले दिउँसो सुत्न, बढि घाममा बस्न, बढि व्यायाम गर्न र चिसो जलवायुको सम्पर्कमा बस्न नहुने चिकित्सकहरु बताउँछन् ।

राजदेवी माविको अभिभावक भेला

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा-१७ स्थित राजदेवी माध्यमिक विद्यालयको ५७ औं अभिभावक भेला सम्पन्न भएको छ । वडा अध्यक्ष उद्धव सत्यालको प्रमुख आतिथ्यमा भएको अभिभावक भेलाले विद्यालय व्यवस्थापन समिति सदस्यमा अभिभावकमध्येबाट डेकराज धमला, कृष्णप्रसाद सञ्जेल, टिका कार्की र श्री सुशीला आचार्यलाई सर्वसम्मत चयन गरेको छ ।

यस्तै शिक्षक अभिभावक संघमा हीरामणि घिमिरे, ज्योति रजान मगर, अनिता गौतम, दिया पुलामी र यशोदा धमला चयन हुनुभएको छ । अभिभावक भेलामा प्रधानाध्यापक दीपक देवकोटाले २०७९ सालको भौतिक, आर्थिक, शैक्षिक प्रतिवेदन तथा आगामी कार्ययोजना समेत प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

२०७९ सालमा कक्षा १-५ मा सर्वोकृष्ट सिकाई उपलब्धी प्राप्त गराउन सफल शिक्षक निर्मला घिमिरे, कक्षा ६-८ मा श्रीराम लुइटेल र कक्षा ९-१० बाट प्रमोद कुमार दाहाललाई सम्मान गरिएको प्रधानाध्यापक देवकोटाले जानकारी दिनुभएको छ । राजदेवी माविमा २ सय २ जना विद्यार्थी अध्ययनरत छन् ।

स्त्रीरोगसम्बन्धी दुई स्थानमा शिविर हुँदै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरगढी गाउँपालिकाको दुई स्थानमा स्त्रीरोगसम्बन्धी निःशुल्क शिविर हुँदैछ । गाउँपालिकाको आमभञ्ज्याङ स्वास्थ्य चौकीमा चैत्र ४ गते र आँपटार सामुदायिक स्वास्थ्य इकाईमा चैत्र ५ गते निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर हुने भएको हो ।

मकवानपुरगढी गाउँपालिकाको आयोजनामा हुने शिविरमा विभिन्न रोगको स्वास्थ्य जाँच गरिने भएको छ । शिविरमा सेवाग्राहीलाई पाठेघर खस्ने समस्याको पहिचान तथा परामर्श सेवा, पाठेघरको मुखको क्यान्सर परीक्षण तथा भीआइए सेवा, स्तन क्यान्सर परीक्षण तथा परामर्श सेवा, लामो अवधिको परिवार नियोजन सेवा, स्त्री तथा प्रसुतिरोग विशेषज्ञ सेवा, महिलाहरुको यौनरोग उपचार तथा परामर्श सेवा र महिलाहरुको स्वास्थ्य परीक्षण एवम् औषधी वितरण सेवा प्रदान गरिनेछ । स्वास्थ्य शिविरमा गाउँपालिकाले ३ सय जनाको स्वास्थ्य जाँच गर्ने लक्ष्य बनाएको मकवानपुरगढी गाउँपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख ध्रुव लामिछानेले जानकारी दिनुभयो ।

लामिछानेका अनुसार शिविरमा २ जना डाक्टर र तालिम प्राप्त ३ जना स्टार्फ नर्सको टोलीले सेवाग्राहीलाई सेवा प्रदान गर्नेछ । दुई दिन हुने शिविरमा नेपाल परिवार नियोजन संघ, मकवानपुर शाखाको प्राविधिक सहयोग रहनेछ ।

प्रअ शर्माको बिदाई

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा उपमहानगरपालिका-२ स्थित सिद्धार्थ माध्यमिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक मोहनप्रसाद शर्माको बिदाई गरिएको छ । उमेर हदका कारण बुधबारबाट अनिवार्य अवकास हुनुभएका शर्माको विद्यालयबाट विदाई गरिएको हो ।

बुधबार विद्यालयमा कार्यक्रमको आयोजना गरी बिदाई गरिएको विद्यालयका निमित्त प्रधानाध्यापक सागर खतिवडाले जानकारी दिनुभयो । कार्यक्रममा शर्मालाई सम्मानपत्र र मायाको चिनो प्रदान गरिएको थियो । अविरजात्रा गर्दै विद्यालयबाट नगरपालिकारोड, कांग्रेसचोक हुँदै सिद्धार्थ पथमा पुऱ्याई शिक्षक विद्यार्थीहरुले बिदाई गरेका थिए ।

३५ वर्षअघि सिद्धार्थ माविबाटै शिक्षण पेसामा संलग्न हुनुभएका शर्मा वि.सं २०६६ साल असोजबाट प्रधानाध्यापकको रुपमा कार्यरत हुनुहुन्थ्यो । प्रधानाध्यापकको पदमा बसेर शर्माले विद्यालयको शैक्षिक तथा भौतिक विकासमा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नुभएको थियो । बिदाई कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहानगरपालिकाकाका प्रमुख मीनाकुमारी लामाको प्रमुख आतिथ्य रहेको थियो । कार्यक्रममा शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाई मकवानपुरका प्रमुख दिनानाथ गौतमको पनि आतिथ्य रहेको थियो ।

थाहाकी ज्ञानीमाया मृत फेला

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको थाहा नगरपालिका-१० मा एक महिला मृत फेला परेकी छन् । मृत फेला पर्नेमा सोही ठाउँकी ५० वर्षीया ज्ञानीमाया गमाल रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ ।

बुधबार बिहान १० बजेको समयमा गमाल घरमा सुतिरहेको अवस्थामा मृत फेला परेकी हुन् । स्थानीयले बोलाउँदा घरको ढोका नखुलेको भन्ने खबर प्राप्त हुनासाथ प्रहरी टोली खटेर हेर्दा गमाल खाटमा सुतिरहेको अवस्थामा मृत फेला परेको जनाएको छ । शवलाई पोष्टमार्टमका लागि काठमाडौंस्थित टिचिङ अस्पतालमा लगिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

रामेछापमा २ जनाको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः रामेछाप जिल्लामा दुई जनाको मृत्यु भएको छ । मंगलबार जिल्लाभित्र फरक-फरक घटनामा दुई जनाको मृत्यु भएको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जनाएको छ ।

मंगलबार बिहान ८ बजेर ३० मिनेटको समयमा मन्थली नगरपालिका-१३ मा एक जना वृद्धको रुखबाट लडेर मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा सोही ठाउँका ७३ वर्षीय सनमान थापा क्षेत्री रहेका छन् । क्षेत्री घर नजिकै रहेको कुटमेरोको रुखमा घाँस काट्ने क्रममा लडेर गम्भीर घाइते भएका थिए । घाइते क्षेत्रीलाई स्थानीयले उपचारका लागि धुलिखेल अस्पताल किर्ने दोलखामा लगिएकोमा उपचारको क्रममा बिहान ९ बजेर ३० मिनेटमा डाक्टरले मृत घोषणा गरेको हो ।

यस्तै मंगलबार दिउँसो ४ बजेको समयमा शैलुङ गाउँपालिका-४ मा एक जना मृत फेला परेका छन् । मृत फेला पर्नेमा शैलुङ-७ का २२ को विशाल घतानी रहेका छन् । घतानीमा ४ नम्बर वडास्थित मामाघरबाट घर फर्किने क्रममा भीरबाट लडेर चौरीखोलाको बगरमा मृत अवस्थामा फेला प्रहरीले जनाएको छ ।

विद्यालयलाई खाद्यान्न सहयोग

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरगढी गाउँपालिका-३, मकान्चुलीस्थित भानु माध्यमिक विद्यालयमा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य लक्ष्मण भट्टराईले खाद्यान्न सहयोग गर्नुभएको छ । बुधबार भट्टराईले एसईई तयारीका लागि आवासीयरुपमा विद्यालयमा बसेर अध्ययन गरिरहेका ४५ जना विद्यार्थीहरुका लागि खाद्यान्न सहयोग गर्नुभएको विद्यालयका शिक्षक शान्तप्रसाद दाहालले जानकारी दिनुभयो । भट्टराईले एक दिनका लागि आवश्यक चामल, दाल, नुन, तेल र तरकारी सहयोग गर्नु भएको शिक्षक दाहालले जानकारी दिनुभयो । कक्षा १२ सम्म पठनपाठन हुने विद्यालयमा हाल ५ सय २५ जना विद्यार्थी अध्ययनरत छन् ।

फल्याट भाडामा चाहियो ?

तु सम्पर्क गर्नुहोस् ।

हेटौँडा-५ पुष्पलालपार्क नजिकै सुबिधा सम्पन्न फल्याट (गाडी पार्किङसहित ३ वटा बेडरुम, एउटा बैठक कोठा, अट्याच बाथरुम) खाली रहेकोले आवश्यक व्यक्तिले तु सम्पर्क गर्नुहोला ।

सम्पर्क नं. ९८४५४८८३४४

हेटौँडा मोडर्नको वार्षिकोत्सव

सुमिसा उत्कृष्ट विद्यार्थी

सर्वोत्कृष्ट विद्यार्थी सुमिसा श्रेष्ठलाई पुरस्कृत गरिँदै ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा-९ स्थित हेटौँडा मोडर्न स्कूलको ३३ औं स्थापना दिवस तथा पुरस्कार वितरण कार्यक्रम बुधबार सम्पन्न भएको छ । विद्यालयका सञ्चालक श्यामकृष्ण खतिवडाको अध्यक्षता तथा हेटौँडा उपमहानगरपालिकाकी प्रमुख मीना कुमारी लामाको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम भएको हो । वार्षिकोत्सवको अवसरमा सप्ताहव्यापी विविध खेलकुद कार्यक्रमको आयोजना गरिएको थियो ।

वार्षिकोत्सवको अवसरमा विद्यालयको उत्कृष्ट विद्यार्थीको रुपमा सुमिसा श्रेष्ठलाई सम्मान गरेको छ । वार्षिकोत्सवको अवसरमा विद्यालयले खेलकुद प्रतियोगितामा विजयी खेलाडीलाई मेडल वितरण गरेको छ । कार्यक्रममा विद्यालयका प्रिन्सिपल सुदीप बर्तौलाले विद्यालयको प्रगति प्रतिवेदनसँगै भावी योजनाबारे जानकारी गराउनुभएको थियो । विद्यालयले पत्रकार सुरेश श्रेष्ठसहित उत्कृष्ट शिक्षकको रुपमा रोजिना राई, अनामिका बर्नवाल, एसईईमा राम्रो नतीजा ल्याउन सहयोग गर्ने शिक्षक नारायणप्रसाद खतिवडा र अर्जुन ढकाल, कर्मचारी केशव राई र सुनिता थिङलाई पनि सम्मान गरेको छ ।

कार्यक्रममा वडाध्यक्ष सुकराम केसी, निजी तथा आवासीय विद्यालय अर्गनाइजेशन (प्याब्सन) मकवानपुरका अध्यक्ष विनोद सुवेदीको पनि आतिथ्य रहेको थियो । अतिथिलाई मायाको चिनोस्वरुप विद्यालयले पुस्तक प्रदान गरेको थियो । १० कक्षासम्म पठपाठन हुने विद्यालयमा पाँच सय ३० जना विद्यार्थी छन् । यस वर्षको एसईईमा १९ जना विद्यार्थी सहभागी हुँदैछन् ।

अग्निपीडितलाई पालुङ जेसीजको सहयोग

समाज संवाददाता

हेटौंडाः थाहा नगरपालिका-११, मालागिरीका अग्निपीडित सुरेन्द्र लामालाई पालुङ जेसीजले आर्थिक सहयोग गरेको छ । जेसीजले बुधबार घटनास्थलमै पुगेर नगद ३२ हजार १ सय ७५ रुपियाँ सहयोग प्रदान गरेको हो ।

तत्कालको आवश्यकता पूरा गर्नका लागि आर्थिक सहयोग गरिएको पालुङ जेसीज वर्ष २०२४ का कार्यकारिणी उपाध्यक्ष मानसिं दोङले बताउनुभयो । मानवताको सेवा जीवनको सर्वोत्तम कार्य हो भन्ने जेसीज आस्थालाई आत्मसाथ गर्दै अग्निपीडित लामालाई सहयोग गरिएको पालुङ जेसीज वर्ष २०२४ का अध्यक्ष निरज रायमाझीले बताउनुभयो ।

सहयोग रकम हस्तान्तरण कार्यक्रममा थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ११ का वडा अध्यक्ष दिनेश बलको प्रमुख आतिथ्य थियो । कार्यक्रममा पालुङ जेसीजका पूर्वअध्यक्षद्वय सुरेन्द्रमान प्रधान र नवराज लामा, कानुनी सल्लाहकार सुविन्द्रमान प्रधान, महासचिव बिक्रम गोपाली, कोषाध्यक्ष सञ्जय गोपालीलगायत पदाधिकारीहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

लामाको घर गत फागुन २४ गते विद्युत् तार सर्ट भई आगजनी हुँदा घर र सम्पूर्ण सामान जलेर पूर्णरुपले नष्ट भएको थियो । यसैबिच बुधबार नै थाहानगरका युवा व्यवसायी तथा पालुङ जेसीज वर्ष २०२४ का कानुनी सल्लाहकार सुविन्द्रमान प्रधानले अग्निपीडित लामालाई नगद १० हजार सहयोग गर्नुभएको छ । पीडितको घर पुगेर थाहा नगरपालिका-४, थानाबजार स्थित खुशी एण्ड समृद्धि मोबाइल हाउसका सञ्चालक प्रधानले नगद सहयोग गर्नुभएको हो ।

आगोजन्य विपद्का घटनाहरू हुन नदिन सबैजनाले आवश्यक सतर्कता अपनाऔं ।

आगोजन्य विपद्का घटनाहरू हुन नदिन सबैजनाले आवश्यक सतर्कता अपनाऔं ।

- घरमा आगोजन्य सामग्रीहरू प्रयोग गरिसकेपछि राम्रोसँग बन्द गरौं ।
- ग्यास सिलिण्डर र रेगुलेटरको समयमा जाँच गरौं ।
- सिलिण्डर सुरक्षित र खुल्ला ठाउँमा राखौं ।
- पेट्रोल, डिजेल, मट्टीतेल जस्ता प्रज्वलनशील पदार्थ सुरक्षित स्थानमा भण्डारण गरौं ।
- विद्युतीय तार जाँच गरौं ।
- क्षमताभन्दा अधिक विद्युतीय सामग्री प्रयोग नगरौं ।
- धुम्रपान गरेपश्चात चुरोटको ठुटालाई राम्रोसँग निभाएर फाल्ने गरौं ।
- लाइटर, मैनबत्ती, सलाई र आगोजन्य सामग्री बालबालिकाको पहुँचबाट टाढा राखौं ।
- वनजङ्गलको वरपर आगो बाल्ने कार्य नगरौं ।
- प्लास्टिकजन्य फोहोरमैला जथाभावी नफालौं ।
- तपाईंको सानो लापरबाहीले ठूलो धनजनको क्षति हुन सक्छ त्यसैले आफू पनि आगोजन्य विपद्का बारेमा सचेत रहौं अरुलाई पनि सचेत गराऔं । यदि आगोलागी भएमा दमकलका लागि हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको बारुणयन्त्र उपशाखामा समयमै खबर गरौं ।

टेलिफोन नम्बर ०५७-५२०६७७

टोल फ्री नम्बर १०१

बारुणयन्त्र इन्चार्ज ९८४५१०५१४७

समृद्धि प्रकाशन प्रा.लि. द्वारा प्रकाशित, ठेगानाः हेटौँडा-४, अजरअमररोड, ०५७-५२६८३०, Email:sambridhasamaj@gmail.com, website:www.samriddhasamaj.com, प्रबन्ध निर्देशकः रोजिना श्रेष्ठ, सम्पादकः सुरेश श्रेष्ठ